

NEPAL

CAMPO BASE EVEREST

Durata

14 notti

Periodo

Aprile 2023 | Giugno 2023

Mood di Viaggio

Trova la tua ispirazione di viaggio con i nostri **MOOD**; un modo di rappresentare le caratteristiche e la filosofia di ciascun itinerario identificando anche i tuoi desideri di viaggiatore.



Il tour

Un **tour privato** pensato per quei viaggiatori e sportivi appassionati e già con esperienza che desiderano vivere un'esperienza, non solo di viaggio. Notti a **Kathmandu** consentiranno di scoprire la storia e il fascino di questo territorio mentre il **trekking e gli stop tecnici** permetteranno una regolare risalita **al Campo Base Everest**

Notti supplementari a Kathmandu addizionali o modulabili su richiesta.

Costi a persona

dal 15.03.23 al 10.06.23

da **2500** doppia

da **3000** singola



DO

Destinazione Oriente

#doeasy
www.destinazioneoriente.it

Itinerario

Cod. 04n-P23

1° GIORNO KATHMANDU | Arrivo

Arrivo a **Kathmandu**, espletamento delle formalità doganali con controllo del visto e ritiro dei bagagli. Accoglienza da parte di un nostro incaricato per il trasferimento in hotel con camera a disposizione a partire dalle ore 14:00. Pasti liberi. **Pernottamento** in hotel a Kathmandu.

2° GIORNO KATHMANDU

Prima colazione in hotel. Giornata dedicata alla visita guidata della città iniziando dallo stupa di **Boudhanath Stupa**, uno dei più grandi stupa del pianeta, reso famoso dal film "Piccolo Buddha" di Bertolucci. In seguito visita di **Durbar Square**, sita di fronte al vecchio palazzo Reale è una delle tre piazze Durbar della Valle di Katmandu in Nepal. Entrambe sono Patrimonio Unesco dal 1979. Alcuni edifici sono stati modificati dal terremoto del 2015, quando la piazza era circondata da un'architettura rigogliosa ma la bellezza del sito e le capacità decorative degli artigiani Newari sono osservabili. Pranzo libero. Pomeriggio dedicato alla preparazione per il trekking con briefing informativo tenuto da un nostro esperto locale. Cena libera. **Pernottamento** in hotel a Kathmandu.

3° GIORNO KATHMANDU | RAMECHHAP | LUKLA 2804 MT | PHAKDING 2651 MT – 3 ore circa

Verso le 02.30 del mattino partenza per **Ramechhap** (4 ore ca) e proseguimento con volo per **Lukla** (20 minuti ca di volo). Incominceremo quindi il trekking verso **Phakding**. Si attraverseranno villaggi, ponti sospesi e panorami meravigliosi. Sistemazione in lodge per la **cena e il pernottamento**.

Note tecniche:

- Ricordiamo che esiste la possibilità che il volo possa subire ritardi o cancellazioni. Il caso di posticipo il pranzo sarà effettuato a Lukha anziché a Phakding.

4° GIORNO PHAKDING | NAMCHE BAZAR 3440 MT – 6 ore ca

Prima colazione e visita al villaggio di Phakding e del mercato locale. In seguito attraverserete in ponte di ferro sul fiume Dudh Koshi per proseguire per un facile trekking lungo il fiume, fino ad arrivare a Manjo e a Jorsali, per poi entrare ufficialmente nel **Parco Nazionale Sgarmatha**. Da qui proseguimento per Namche Bazar. Sistemazione in lodge per la **cena e il pernottamento**. >

Dettagli

Partenza **privata** e garantita con **minimo 2 persone**. Un itinerario interamente dedicato agli appassionati del trekking. Esperienza adeguata e una forma fisica ottima sono i presupposti per affrontare al meglio questa esperienza.

Personalizzabile con soste intermedie e/o extra notti aggiuntive pre e post tour.

Date

di inizio tour da Kathmandu

Giornaliere

Hotel

ipotizzati o similari

• KATHMANDU
Land Mark o Le Himalaya

• TREKKING
Tea House (lodge)



CHECK-IN

dalle ore 14.00 circa

CHECK-OUT

entro le ore 10.00 circa

Documenti

Passaporto valido almeno 6 mesi data rientro con almeno 2 pagine libere. **Visto Nepal obbligatorio.**

Protocollo Covid:
www.viaggiareassicuri.it/find-country/country/NPL

5° GIORNO NAMCHE BAZAR giornata di acclimatamento

Prima colazione. Dal momento che vi troverete a oltre 3000 m di altitudine consigliamo di trascorrere due notti a **Namche Bazar** per consentire al corpo di acclimatarsi e proseguire con maggior tranquillità. Trekking verso Syangboche, Khungde (3840 M) e in seguito verso Khumjung (3780 m) è inseribile come attività opzionale e con supplemento. In queste giornate potrete ammirare la catena dell'Himalaya che include l'Amadablam, il Thamserku, il Kusum Kangaru, Lhotse e in Monte Everest. **Pensione completa e pernottamento** al lodge.

6° GIORNO NAMCHE BAZAR | TENGBOCHE 3870 MT – 5 ore ca

Prima colazione. Proseguimento del trekking verso **Khyangjumba** (3550 m.). Il percorso si snoda fra una foresta di conifere e rododendri. In seguito raggiungerete **Tengboche**, situata su di una collina. Da qui si ha una chiara visione del **monte Amadablam** e dell'**Everest**. **Pensione completa e pernottamento** al lodge.

7° GIORNO TENGBOCHE | DINGBOCHE 4360 MT – 5 ore ca

Prima colazione. Proseguimento per **Deboche** (3820 m.). In seguito scenderete fino al fiume Imja per poi risalire verso Dingboche. **Pensione completa e pernottamento** al lodge.

8° GIORNO DINGBOCHE | LABUCHE 4940 MT – 5 ore ca

Prima colazione. La giornata avrà inizio con un trekking fino a **Labuche**, il punto migliore dal quale avere una visione d'insieme dell'Himalaya. **Pensione completa e pernottamento** al lodge.

9° GIORNO LABUCHE | GORAK SHEP 5170 MT | EVEREST BASE CAMP 5364 MT – 7 ore ca | GORAK SHEP

Prima colazione. Alle prime luci del sole trekking fino a Gorakshep, per arrivare in seguito al **Campo Base del Monte Everest**. Rientro a Gorakshep. **Pensione completa e pernottamento** al lodge.

10° GIORNO GORAK SHEP | KALA PATTHAR 5545 MT | PHERICE 4288 MT – 7 ore circa

Prima colazione. Partenza al mattino presto per raggiungere la cima del **Kalapatthar**, il punto di osservazione privilegiato sul Monte Everest. Rientro a Ghorakshep per un po' di riposo. Proseguimento per **Pheriche**. **Pensione completa e pernottamento** al lodge.

11° GIORNO PHERICE | NAMCHE BAZAAR 3440 MT – 6 ore circa

Prima colazione. Trekking verso Namche Bazar via **Pangboche** **Pensione completa e pernottamento** al lodge.

+ Incluso

- **TRASFERIMENTI** con auto ed autista privati, ove indicato
- **04 NOTTI** in hotel a Kathmandu con prima colazione
- **10 NOTTI** in semplici Tea House durante il trekking in pensione completa, bevande escluse
- **VISITE** Kathmandu con supporto di guida locale parlante italiano, come previsto da itinerario
- **BIGLIETTO AEREO** Ramechhap-Lukla- Ramechhap, tasse incluse
- **GUIDE e PORTATORI** parlanti inglese durante il trekking
- **TUTTI i PERMESSI** richiesti per il trekking
- **SACCO A PELO** durante il trekking
- **CASSETTA di PRONTO SOCCORSO e MAPPE**
- **SESSIONE di CAMPANE TIBETANE** a Kathmandu
- **POLIZZA MULTIRISCHI Ima Assistance**
- **COPERTURA INTERRUZIONE PLUS Ima Assistance**

Escluso

- ***VOLI da e per L'ITALIA**
- ***VISTO D'INGRESSO NEPAL** obbligatorio
- ***PASTI e BEVANDE** oltre quelli indicati.
- ***USO DELL'ELICOTTERO in caso di emergenza**
- ***MANCE** a guide, autisti e portatori
- * **TUTTE le spese affrontabili in caso di calamità naturali e avvenimenti politici**
- ***ASSICURAZIONI FACOLTATIVE** stipulabili con supplemento in fase di acquisto del viaggio.
- ***ADEGUAMENTI** comunicabili sino a 20 giorni ante partenza.
- ***EXTRA** di carattere personale e tutto quanto non indicato alla voce **INCLUSO**.

12° GIORNO NAMCHE BAZAAR | LUKLA 2800 MT – 6 ore circa

Prima colazione. Trekking di rientro verso Lukla via **Jorsale, Manjo e Phakding. Pensione completa e pernottamento** al lodge.

13° GIORNO LUKLA | RAMECHHAP | KATHMANDU

Prima colazione. Trasferimento in aeroporto in tempo utile per il volo per Ramchhap dove sarete accolti da un nostro referente locale che provvederà al vostro trasferimento privato (4 ore circa) sino all'hotel di Katamandu. Cena libera e **pernottamento** in hotel a Kathmandu.

14° GIORNO KATHMANDU

Prima colazione in hotel. Giornata dedicata alla visita guidata del complesso di **Swayambhunath** che si compone di uno stupa e di numerosi templi, alcuni dei quali del periodo Licchavi ai quali sono stati aggiunti, successivamente, un monastero tibetano ed una biblioteca. Pranzo libero. Pomeriggio dedicato alla visita della piazza **Durbar di Patan**, Patrimonio Unesco, nota anche con il nome di Lalitpur. In seguito, sperimenterete una sessione di terapia con le campane tibetane. La campana tibetana è infatti un antico strumento musicale originario della cultura sciamanica del Tibet pre-buddista che fa vibrare, grazie a percussioni e sfregamenti, il suono Om, il mantra dell'infinito. Secondo la tradizione, attraverso le loro vibrazioni fisiche naturali, le campane tibetane generano un suono armonico che può giovare al corpo, allo spirito e alla mente. Rientro in hotel. Cena libera e **pernottamento** in hotel a Kathmandu.

15° GIORNO KATHMANDU | Partenza

Prima colazione in hotel. Operazioni di check-out con rilascio della camera entro le ore 10 circa. Trasferimento privato in aeroporto in tempo utile per l'imbarco sul volo di rientro da voi previsto. **FINE dei SERVIZI.**

